



Receta de Rollitos de arroz con pollo

Tiempo de

preparación: 30 minutos

Rinde: 4 porciones

Ingredientes:

Para el arroz

½ taza de arroz súper extra Verde Valle®, previamente cocido

1 cucharada de arándanos, finamente picados

¼ taza de jamón de pavo, picado en cubos

1 taza de queso manchego, rallado

1 cucharada de albahaca fresca, picada

¼ taza de pimiento morrón rojo en tiras

Para formar los rollitos

4 pechugas de pollo, limpias y aplanadas

Una pizca de sal y pimienta negra, molida

Agua, la necesaria

Para servir

1 cucharada de aceite de canola

¼ de cebolla, finamente picada

1 diente de ajo

½ taza de crema, baja en grasa

½ taza de caldo de pollo

2 cucharadas de mostaza antigua o Dijon

Preparación:

Para el arroz: En un tazón, mezcle el arroz súper extra Verde Valle® con los arándanos, jamón, queso, albahaca y pimiento morrón. Reserve. Para formar los rollos: Coloque una de las pechugas sobre plástico adherible y aumente el sabor con sal y pimienta. Rellene con la mezcla y enrolle. Envuelva y cierre como si se tratara de un caramelo. Repita la operación con las porciones restantes. Coloque las pechugas envueltas en una olla con agua y cocínelas hasta que estén firmes y de color parejo. Para servir: Caliente el aceite en un sartén, acitrona cebolla y ajo hasta que tengan un color dorado. Añada crema, caldo de pollo y mostaza. Mezcle bien y permita que los sabores se integren. Sirva en cuatro platos extendidos un rollito de arroz y acompañe con la salsa. Disfrute caliente..